Я - Свет, а вы не видите Меня. Я - Путь, а вы не следуете за Мной.
Я - Истина, а вы не верите Мне. Я - Жизнь, а вы не ищите Меня.
Я - Учитель, а вы не слушаете Меня. Я - Господь, а вы не повинуетесь Мне.
Я - ваш Бог, а вы не молитесь Мне. Я - ваш лучший друг, а вы не любите Меня.





БЛАГОВЕСТ

ПО БЛАГОСЛОВЕНИЮ АРХИЕПИСКОПА УРАЛЬСКОГО И ГУРЬЕВСКОГО АНТОНИЯ



7 сентября 2007 года, № 36(459)

г. Уральск

ИЗ ПРАВОСЛАВНОГО КАЛЕНДАРЯ

Сретение Владимирской иконы Божией Матери

Этот праздник установлен в память чудесного спасения Москвы от нашествия Тамерлана, который заливал целые страны потоками крови, истреблял множество людей, до основания разрушал города и все встречающееся ему на пути предавал «губительному ветру разрушения». Его называли «бичом Божиим» и пред его именем дрожали и Азия, и Европа. Вступив в 1395 г. в пределы России, он начал свою завоевательно-разрушительную деятельность. Спасения от человеческой силы нельзя было ожидать, и по всей Русской земле возносились горячие молитвы к Небу. Все московские церкви были открыты с утра до глубокой ночи. Народ проливал слезы, постился, все готовились к лютой смерти. В это ужасное время великий князь Василий Дмитриевич решил перенести в Москву из Владимира чудотворную икону Божией Матери. 26 августа святую икону встретили в Москве. «Весь град изыде противу иконы на сретение ея». Во главе бес-

Преподобные сщмч. Кукша и Пимен постник, Печерские

(Память 9 сентября)

Они оба подвизались в Киево-Печерской обители. Преподобный Кукша был просветителем и проповедником Евангелия среди язычников-вятичей, живших по реке Оке и ее притокам. Во время своей проповеди он творил многие знамения, чудеса и исцеления. Скончался он мученически, будучи убит язычниками. Существует предание, что святой Кукша пострадал в окрестностях г. Мценска. В один день с ним скончался в Печерской обители и преподобный Пимен, проводивший весьма суровую постническую жизнь и удостоенный за свои подвиги благодатного дара исцелений и прозорливости. Оба они скончались в первой половине XII века.

Преподобный Моисей Мурин

Ему молятся о преодолении страсти пьянства и запоя

Атаман разбойников, живший в Египте в VI веке и прославившийся своей жестокостью. Раскаявшись,



Праздники

8 сентября - Сретение Владимирской иконы Пресвятой Богородицы. Наталии и Марии, с Днем Ангела!

10 сентября - Обретение мощей прп. Иова Почаевского. Собор преподобных отцов Киево-Печерских, в Дальних пещерах (прп. Феодосия) почивающих. Анны, с Днем Ангела!

11 сентября - Усекновение главы Пророка Предтечи и Крестителя Господня Иоанна. День постный.

12 сентября - Обретение мощей блгв. кн. Даниила Московского. Перенесение мощей блгв. кн. Александра Невского. Елисаветы, с Днем Ангела!



силии Дмитриевич решил перенести в Москву из Владимира чудотворную икону Божией Матери. 26 августа святую икону встретили в Москве. «Весь град изыде противу иконы на сретение ея». Во главе бесчисленного народа был сам митрополит Киприан «со епископы и архипастыри, со игумены и диаконы, со всем клиросом и причтом церковным, с черноризцы и с черноризицами, со благоверными князи, со благоверными княгини, с боляры и с болярынями». В тот самый день, когда в Москве встретили Владимирскую икону Богоматери, Тамерлан задремал в своем шатре, и во сне увидел большую гору, с вершины которой шли святители с золотыми жезлами в руках; а над ними видел он Жену в багряных ризах, сияющую «паче солнца молние-зрачными лучами», окруженную тьмами молниеобразных воинов. Грозно обратив Свой взор на Тамерлана, Она повелела ему оставить пределы Русской земли; в то же время на Тамерлана устремились воины, окружавшие эту благолепную Жену. Это чудесное видение привело в трепет грозного завоевателя. Он «убояся и устрашися, и ужасеся и смятеся, и вниде страх в сердце его, ужас в душу его и трепет в кости его». Вследствие этого свирепый завоеватель немедленно приказал своим войскам идти обратно и удалился с ними из пределов России. Вознеся благодарение Царице Небесной за Ее всесильную помощь, великий князь и митрополит решили на месте встречи святой иконы воздвигнуть в честь Богоматери храм «Честнаго Сретения» (Сретенский монастырь на Кучковом поле), «да не забудут людие дел Божиих». В то же время было установлено совершать праздник Владимирской иконе Божией Матери 26 августа по ст. ст.

Вдохновенный пример

Мученики Адриан и Наталия жили в Никомидии при императоре Максимиане (305-311 гг.).

Адриан, язычник и начальник судебной палаты, обратился к христианской вере, видя страдания мучеников-христиан. Он исповедал Христа, был заключен в темницу и предан жестоким мукам.

Жена Адриана Наталия, тайная христианка, радуясь обращению мужа, не переставала укреплять его в страданиях. После мучительной кончины мужа она вскоре также преставилась ко Господу в Византии и почитается Церковью как бескровная мученица, изнуренная страданиями.

Для христиан всех времен житие и кончина супругов-мучеников — вдохновенный пример супружеской верности, взаимопонимания и любви к Богу. (Память 8 сентября)

Ему молятся о преодолении страсти пьянства и запоя

Атаман разбойников, живший в Египте в VI веке и прославившийся своей жестокостью. Раскаявшись, ушел в пустынный монастырь, а затем удалился в отшельническую келию, где помышлял о Боге и очищал покаянием свои прежние беззакония. Обуреваемый бесом блуда и сладострастия, Моисей шесть лет провел в подвиге всенощного бдения, даже не преклоняя колен в молитве, чтобы не заснуть. Получив душевный мир после долгих искушений, Моисей обрел от Бога и великую власть над бесами. Пятнадцать лет преподобный подвизался в сане пресвитера и мученически погиб от рук варваров 75-летним старцем (около 400 года).

Молитва

О, великая сила покаяния! О, неизмеримая глубина милосердия Божия! Ты, преподобне Моисее, был прежде разбойником, но, ужаснувшися своих грехов, восскорбел о них и в раскаянии пришел в монастырь и там в великом плаче о своих бывших беззакониях и в трудных подвигах поста и молитвы проводил дни свои до кончины и удостоился Христовой благодати прощения и дара чудотворения. О, преподобне, ты от тяжких грехов достиг пречудных добродетелей! Помоги и молящимся тебе рабам Божиим, влекомым в погибель от безмернаго вина употребления, повреждающего бессмертную душу и тело—храм Духа Святаго. Склони на них свой милостивый взор и не презри их, но внемли им, прибегающим к тебе. Моли, святе Моисее, Владыку Христа, да Он, Милосердный, не отвергнет их бессильных и несчастных, погибающих от страсти чрезмернаго винопития, и да не возрадуется диавол их погибели, ибо все мы, яко создания Божии, искуплены Пречистой Кровию Сына Его. Услышь же, преподобне Моисее, молитву их и нашу. Отгони от них диавола, даруй им силу победить страсть их, приведи их на путь добра, свободи от рабства страстем, избави от пагубы безмернаго винопития, дабы, обновленные, в духовном трезвении и светлом уме, возлюбили они всяческое воздержание и благочестие и вечно прославляли Спасающего всегда создания Свои Всеблагаго Бога, Ему же подобает слава, честь и поклонение во веки веков. Аминь.

Пророк, Предтеча и Креститель Господень Иоанн

Ему молятся об исцелении от головной боли

Предтеча Христов за обличение беззаконного сожительства правителя Галилеи Ирода Антипы с Иродиа-



дою был заключен в темницу. Сам Ирод считал Иоанна мужем праведным и святым и ранее, внимая его речам, творил много добра; посему Ирод боялся предать Иоанна смерти, как того хотела его жена. Правда, как говорит евангелист Матфей, боялся он не столько Бога, сколько людей и их возможного недовольства. В день рождения Ирода на пиру дочь Иродиады Саломея весьма угодила ему своею пляской, и он поклялся дать ей все, что пожелает. По наущению матери, Саломея попросила голову Иоанна Крестителя. В ту же ночь мученик был усечен в темнице, и его голова принесена на блюде посреди пиршества, причем кровь еще капала, и, как утверждают некоторые, глава изрекала те же обличительные слова: «Не должно тебе иметь жену Филиппа, брата твоего».

Молитва

Крестителю Христов, проповедниче покаяния, кающагося не презри мене, но, совокупляяся с вои небесными, молися ко Владыце за мене, недостойнаго, унылаго, немощнаго и печальнаго, во многия беды впадшаго, утружденнаго бурными помыслы ума моего. Аз бо есмь вертеп злых дел, отнюдь не имеяй конца греховному обычаю, пригвожден бо есть ум мой земным вещем. Что сотворю, не вем, и к кому прибегну, да спасена будет душа моя; токмо к тебе, святый Иоанне, благодати тезоимените, яко тя пред Господем, по Богородице вем больша быти рожденных всех; ты бо сподобился еси коснутися верху Царя Христа, вземлющаго грехи мира, Агнца Божия, Егоже моли за грешную мою душу, да поне отныне, в первый надесять час, понесу тяготу благую и прииму мзду с последними. Ей, Крестителю Христов, честный Предтече, крайний пророче, первый (во благодати) мучениче, постников и пустынников наставниче, чистоты учителю и ближний друже Христов, тя молю, к тебе прибегаю, не отрини мене от твоего заступления, но возстави мя, яко падшагося многими грехи, обнови душу мою покаянием, яко вторым крещением, понеже обоего начальник еси: крещением омываяй прародительный грех, покаянием же проповедуяй во очищение коегождо от дел скверных. Очисти убо мя, грехми оскверненнаго, и понуди внити, аможе ничтоже скверно входит в Царствие Небесное. Аминь.

(Продолжение на 2 стр.)



Как я встретил духовника

(Окончание. Начало в № 35)

Наталья Николаевна Соколова, матушка, 5 детей, 15 внуков, 10 правнуков:

— Как найти духовника? Духовник не гриб, чтобы его находить. Духовников Бог посылает. А народ очень хватается за внешнее. Духовник — тот, кому ты душу свою открываешь.

Один раз в жизни я общалась с отцом Митрофаном (Серебрянским). Это было в ноябре 1945 года. Мне нужно было понять, что делать: мама не хотела меня отпускать замуж в Гребнево. А у меня там все сердце мое было, вся любовь моя была — будущий мой супруг отец Владимир. А мама сказала: «Нет, дочка профессора, из Москвы, в деревню?.. Забудь про это Гребнево!..» И я поехала к отцу Митрофану. Решила, что если не в Гребнево, то я в монастырь пойду. А отец Митрофан сказал: «Чем скорее замуж, тем лучше. Не бойся, счастлива будешь». А потом предсказал, что детей у меня возьмет Господь. Но и у меня много останется.

Потом много мне говорил о том, что будет: «Матушка, времена другие будут. По улицам Москвы крестные ходы пойдут, колокола зазвонят...» — «Батюшка, ну какие колокола? Колокольни все взорваны!..» Я не могла тогда никому это рассказывать, потому что боялась: расскажешь кому — скажут, что он из ума выжил. Я только Володе и папе это рассказала. И все записала тогда. А ведь так и вышло — и колокола зазвонили, и двоих детей у меня Господь взял.

Я не могу сказать, что у меня был духовный отец. Но у меня был папа, Николай Евграфович Пестов. Папа и мама были духовными детьми отца Сергия Мечева. Какие вопросы у меня духовные возникали с детства — папочка мне все всегда объяснял. Хотя, помню, были у меня такие искушения лет в 12-13, какие я и папе не могла сказать, а все ждала, когда

чувству — но и чувства искажены грехом. Некоторые считают, что надо слушать свое сердце. Но неочищенное сердце может такое подсказать!

Именно духовник, как мне кажется, помогает учиться общению с Богом. Потому что Бог — это не свод правил, не просто правильное рассуждение или добрые чувства. Бог — это Личность, перед Которой я должен смириться, Которую я должен научиться любить. А для этого необходимо самоотречение.

Именно самоотречению и можно научиться, слушаясь духовника. Некоторые говорят, что если человек целиком доверяется своему духовнику, отвергая свою волю, то он не научится ответственности. Это совершенно неправильно. Авва Дорофей замечательно об этом пишет: мы все силы должны направлять к исполнению воли Божией и не верить своему сердцу. То есть если человека благословили на что-то доброе, а он сделал это плохо, небрежно, ответственность лежит на нем, а не на духовнике. Благословение не «работает» автоматически, благословением дается направление и выражается доверие, но человек должен приложить максимальные усилия для выполнения дела. Когда человек слушает духовника, он совершает подвиг отсечения своей воли, а без отсечения своей воли невозможно узнать волю Божию. Единственный же способ отсечения сво-

нашел духовника. Мучительный был процесс. Но обязательно надо искать. Причем искать не старцев, есть такая ошибка у людей — сразу искать старца. Конечно, хорошо найти благодатного старца, который знает волю Божию. Это милость Божия, когда Господь такого посылает. Но специально их искать не надо. Если человек доверится Богу и будет молиться, при этом слушаться духовника, то через него Бог откроет Свою волю. Я по себе знаю совершенно четко: иногда приходят люди на исповедь, о чем-то спрашивают, я им начинаю что-то говорить, и как-то сердце открывается, просветляется разум, приходят какие-то мысли. А бывает, подходит человек, и думаешь: что ему сказать? И ничего не можешь сказать. Абсолютно. Зависит это, я думаю, не от меня, а от самого исповедующегося, от его внутренней правдивости, готовности услышать и послушаться. Известно, что и у не очень совершенных священников бывают замечательные духовные чада, и они спасаются, потому что слушаются. Если человек действительно хочет спастись, то он будет спасаться через духовника. Если у него другие цели: он хочет жениться, устроить свою жизнь или еще что-то — ну, тогда можно рассуждать, слушаться — не слушаться. У аввы Дорофея был ученик Досифей; когда он смертельно заболел, авва Дорофей давал ему разные лекарства, а Досифей вспомнил, что от его болезни помогают недоваренные яйца, но он не хотел исполнения своей воли. Однако помысел этот его мучил. И он говорит авве Дорофею: авва, дай мне слово, что ты не сделаешь то, о чем я тебе скажу. Авва Дорофей согласился. Досифей сказал ему: мне бы помогли недоваренные яйца, а ты мне их не даешь, но я не хочу, чтобы ты мне их давал, я просто исповедаю тебе свой помысел. Авва Дорофей про это забыл и лечил его по-прежнему. И не вылечил, Досифей умер. Может, если бы ему давали эти недова-

ИЗ ПРАВОСЛАВНОГО КАЛЕНДАРЯ

(Окончание. Начало на 1 стр.)

«Не в силе Бог, а в правде»
Александр Невский

Перенесение мощей благв. кн. Александра Невского

Еще в 1712 г. Петр I заложил на месте победы Александра в Невской битве 1240 г. Александро-Невский монастырь, а затем решил перенести его прах в новую столицу из Владимира, где Александр княжил в последние годы жизни.

Но лишь заключив Ништадский мир (1724 г.), утвердившись на Невских берегах, Петр I смог перенести мощи св. Александра Невского в Петербург.

Город Владимир торжественно провожал свою святыню: после молебна духовенство и народ пронесли раку с мощами князя через город. Ее торжественно встречали в Москве, Твери и Новгороде. Духовенство и знатные вельможи внесли ее в церковь, построенную в честь св. Александра Невского. Петр I хотел устроить обитель в честь св. князя Александра. Его преемники осуществили этот план: Александро-Невская Лавра стала украшением северной столицы.

О положении честного пояса Пресвятой Богородицы

После блаженного Успения Матери Иисуса Христа Ее одежды, среди которых был и пояс, передавались верующими в Иерусалиме из поколения в поколение как святыни. В правление греческого императора Аркадия, сына Феодосия Великого, честной пояс Пресвятой Богородицы был перенесен из Иерусалима в Константинополь. В IX веке супруга императора

Хотя, помню, были у меня такие искушения лет в 12-13, какие я и папе не могла сказать, а все ждала, когда же к нам батюшка придет, чтобы ему исповедаться.

Настоящий духовник свое чадо духовное должен выслушать, полюбить его. Если он увидит, что человек кается в грехах, ищет пути к Богу, то он тоже загорается в ответ. А когда исповедуешься — грехи любому священнику отдать можно. Как грязную рубашку в любую прачечную можно отнести.

Мои сыновья-священники мне говорили, что самое тяжелое для них — это когда их начинают спрашивать: «Батюшка, посоветуйте, выходить мне замуж за этого или нет?..» Как же можно с лета понять, что у них за ситуация. Что мы, говорят, прозорливые, что ли? А то многие хотят, чтобы батюшка все за них знал.

Комментарий священника

Протоиерей Аркадий ШАТОВ, настоятель храма св. блгв. царевича Димитрия:

— Я не понимаю, как можно спастись без духовного отца, хотя знаю, что некоторые спасаются. Замечательный старец прп. Паисий Величковский всю жизнь искал духовного руководителя и нашел, в конце концов, книги. Опыт святых отцов служил ему руководством. Но это был великий и очень трудный подвиг.

Если нет духовника, как определить, правильно я поступаю или нет?

Конечно, надо читать Евангелие. Но ведь известно, что все ереси основываются на различиях в толковании Евангелия. Можно попробовать спастись, основываясь на разуме. Но разум человека искажен грехом. Я сейчас понимаю, что вчера или десять лет назад был неправ, совершая тот или иной поступок, но тогда я этого не понимал. Если бы я тогда положился на свой разум, я бы совершил страшный грех. Можно попробовать довериться

2

ет духовника, он совершает подвиг отсечения своей воли, а без отсечения своей воли невозможно узнать волю Божию. Единственный же способ отсечения своей воли — это послушание. Вот, например, стану я бороться с каким-либо своим пристрастием без духовника, своими силами. Но ведь тогда я сам себя оцениваю, сам себе судья. А может, я это делаю с тщеславием, или с гордостью, или хочу показать сам себе, какой я сильный? Человек сам этого не может отследить. А вот когда он делает это по послушанию, потому, что доверяет своему духовнику, то духовник видит его истинное состояние и может им руководить.

Православие передается из уст в уста. И человек, нашедший духовника, у которого тоже был духовник, а у того — свой духовник, и не формальный, а любящий свое чадо всем сердцем, в этом случае входит в живую благодатную традицию церковной жизни. До наших дней донесена эта духовная традиция: отцом Иоанном (Крестьянкиным), отцом Павлом (Троицким), отцом Всеволодом Шпиллером, который был замечательным духовником, отцом Таврионом (Батозским), отцом Павлом (Груздевым). Были и другие старцы, исповедники, есть разные духовнические школы.

Как жить, если у человека нет духовника? Я думаю, что надо его искать, надо молиться Божией Матери о духовнике. А пока нет такого духовника, какого бы ты хотел, надо выбирать лучшее из того, что есть. Ориентироваться в этом поиске надо на того, кто реально помогает твоему духовному спасению. Надо все взвесить, помолиться и выбрать того лучшего, который сейчас есть, к которому чувствуешь доверие, который помогает твоему духовному росту: ты у него исповедуешься и чувствуешь, что побеждаешь ту или иную страсть. Для меня всегда была главной борьба с гордыней и самостью. Я выбирал из тех духовников, о ком я знал, пошел к одному, он говорит — я тебя исповедовать не могу, иди к тому-то. Пошел, он говорит — я тебя исповедовать не могу, и порекомендовал еще кого-то, и так я

исповедаю тебе свой помысел. Авва Дорофей про это забыл и лечил его по-прежнему. И не вылечил, Досифей умер. Может, если бы ему давали эти недоваренные яйца, он бы еще пожил, но для него было главным войти в Царство Небесное, и он вошел туда после пяти лет жизни в монастыре при абсолютном послушании духовнику. Сейчас мало кто так может слушаться, может быть, поэтому сейчас и мало духовников. Некоторые боятся, что духовник командовать будет, распоряжаться. Настоящие духовники — всегда кроткие и смиренные, они ищут исполнения не своей воли, а чтобы человеку понять волю Божию. Все те замечательные старцы, которых я знал, никогда не были ни деспотами, ни командирами, не принуждали кого-то исполнять свою волю. Но если человек совершал поступок, который мог привести к его духовной гибели, они говорили: ищи себе другого духовника, я не могу тебя исповедовать, потому что ты не слушаешься. Правда, это крайний случай. Бывало и так, что человек не слушался, а они все равно его терпели. С другой стороны, нельзя искать мягкого духовника. Отец Павел (Троицкий) говорил, что мягкий духовник — горе для пасомых. Конечно, духовники очень разные, и каждый находит духовника в соответствии с тем, что в душе нужно исправить: если ногу подвернул, нужен травматолог, если сердце болит — кардиолог, так и здесь.

Интересно, но, когда девушки выходят замуж, действительно, они реже приходят на исповедь. А раньше чаще приходили не потому, что искали духовной жизни, а потому, что были одиноки. Я не считаю нормальным, когда человек просто ходит в ближайший храм и исповедуется у того, кто там есть. Может, для совершенных людей, которые чувствуют, что у них все в порядке и им надо просто покаяться в грехах, а все решить они смогут и сами, духовник не нужен. Лично я чувствую себя крайне грешным и нуждающимся в совете, Я бы точно погиб, если бы у меня не было духовника.

Феодосия Великого, честной пояс Пресвятой Богородицы был перенесен из Иерусалима в Константинополь. В IX веке супруга императора Льва Философа Зоя, страдавшая тяжелой болезнью, однажды во сне получила откровение: она должна была выздороветь после возложения пояса Пресвятой Богородицы. Патриарх Константинопольский открыл ковчег и возложил неповрежденный пояс на императрицу, и она тотчас получила исцеление. Все свидетели этого чуда прославили Всемилостивого Бога и Его Пречистую Матерь, а святыню снова положили в ковчег.

Все образуется

В трудное время и в непростом месте жил преподобный Иов Почаевский. На западные рубежи России наступали католики, протестанты. Каких только еретиков не повидал он на своем веку! Но всегда — и неизменно — занимался святой укреплением Православия. Книги печатал. Сам писал. Мирно отошел он ко Господу в 1651 году.

А в начале XVIII века Почаевскую обитель все же захватили униаты-католики. Со всеми святынями и мощами преподобного. Они делали свое дело. Он — свое: исцелял больных, изгонял злых духов. Да так успешно! Шли и шли люди к православному святому со своими нуждами.

Факты говорили сами за себя. В конце концов униаты составили службу преподобному — с акафистом. И написали письмо Папе Римскому с просьбой канонизировать Иова Почаевского. Но Папа заподозрил подвох — и отказался признать святость православного подвижника.

В 1831 году Почаевский монастырь опять вернулся к Русской Православной Церкви. Преподобный Иов дал нам прекрасный образец, как вести себя с иноверцами. Будем делать свое дело спокойно — и все образуется.

10 сентября — обретение мощей преподобного Иова Почаевского



(Начало в № 35)

• При неврозах и сильном сердцебиении: заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. измельченных корней спаржи, довести до кипения, кипятить 2 минуты, положить в • горячий отвар 1-2 ч. л. сушеной травы спаржи и настоять, укутав, 2 часа. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 4 недель.

• Залить 1/2 л кипятка 2 ст. л. фиалки трехцветной и настоять 4 часа. Принимать при неврозах и сердцебиении по 1/2 стакана 3-4 раза в день в течение 3-4 недель.

• Страдающим тахикардией рекомендуется заварить стаканом кипятка 1 ст. л. измельченной мелиссы (лимонной мяты), настоять 30 минут. Процедить и пить в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день до еды. Если эта доза окажется большой, можно ее снизить, прислушиваясь к своему организму. Лечение продолжительное.

• При сердечно-сосудистой недостаточности (для усиления сокращения сердца), для улучшения мозгового кровообращения и снижения невротических сердечных болей помогает водный настой чистеца лесного. Заварить 1/2 л. кипятка 1 ч. л. измельченного растения

цием, витаминами и микроэлементами, нормализующими сердечный ритм (ботву овощей, особенно фасоли и молодой репы, свеклу, морковь, редис, листовую капусту, мед, курагу, орехи, молоко и молочные продукты, апельсины, абрикосы, смородину, персики, черешню, вишню, клюкву, урюк, изюм, бруснику, сельдерей, мяту, мед).

Необходимо вводить в ежедневный рацион морские продукты, водоросли, особенно бурые.

Основной упор в питании надо делать на каши, творог, нежирные сорта рыбы. Хрен, чеснок, лук, а также настои боярышника и шиповника должны постоянно находиться на столе больного.

Для увеличения содержания калия в крови полезно пить яблочный уксус (3 раза в день за 30 минут до еды), Уксус следует разбавлять водой и медом (на 1 стакан воды 2 ч. л. уксуса и 2 ч. л. меда).

Полезно пить родниковую или колодезную воду, побольше гулять на свежем воздухе, систематически заниматься физической культурой. От табакокурения и алкоголя надо избавиться обязательно.

Для предохранения от сердечных заболеваний рекомендуется каждому человеку 4 раза в году пить по 4 дня чай из цветков голубого боярышника.

Стенокардия (грудная жаба)

Стенокардия является одним из проявлений ишемической болезни сердца, обусловленной нарушением коронарного кровообращения. Болезнь развивается в том случае, когда сердечная мышца не получает достаточного количества крови, питательных веществ и испытывает кислородное голодание. Появляется резкая боль в груди, продолжающаяся несколько минут. Боль возникает в виде приступов, часто отдает в левую руку, левое плечо, под лопатку. Особенно типичным для грудной жабы является появление боли после выхода больного из теплого помещения на холод. Иногда приступ стенокардии начинается ночью (стенокардия покоя). Эти приступы считаются более опасными, так как

происхождения как источников холестерина (и особенно от таких, как мозги, яичный желток, сметана, сливочное масло, сливки, сыры, почки, печень).

3. Два раза в день совершать прогулки, взяв с собой таблетки нитроглицерина.

4. Для предупреждения приступов боли за грудиной нужно принимать лекарство до ожидаемого приступа.

5. Нельзя подниматься на верхние этажи по крутым ступенькам или в горы, носить тяжести и гулять при холодном ветре.

6. Занимаясь физическим трудом или упражнениями, не следует доводить себя до физического и нервного переутомления.

7. Следить за регулярностью опорожнения кишечника, прибегая при необходимости к слабительному.

8. Свести к минимуму потребление спиртных напитков, а лучше совсем от них отказаться, поскольку алкоголь нарушает обмен веществ.

9. Отказаться от курения, так как никотин является сильным сосудосуживающим ядом.

Рецепты

• Перед началом лечения стенокардии рекомендуется провести 3 курса лечебного голодания по 7 дней (с последующим семидневным восстановлением). Если полное голодание невозможно, то следует провести голодание частичное — во время курса питаться только орехами, медом, фруктами и овощами.

• Больным стенокардией полезно пить чай из цветков фиалки трехцветной. Такой чай надо пить постоянно, из месяца в месяц, долгое время.

• При стенокардии пить сок и настойку цветов и листьев боярышника по 50-60 капель в течение 2-3 недель.

• Смешать в равных количествах кашицу чеснока и мед. Настоять в плотно закрытой посуде в темном прохладном месте 7 дней, ежедневно помешивая содержимое. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день при ишемической болезни сердца, облитерирующем эндартериите, ва-

Беседы о самом важном

(По материалам Интернет-сайтов)

Необыкновенный экзамен

Молодой человек почувствовал призвание сделаться священником. Когда он подал соответствующее прошение, ему указали на одного старого священника, который должен был проэкзаменовать его и дать рекомендацию в случае положительного результата.

Священник назначил молодому человеку явиться к нему на другой день в шесть часов утра, часе довольно раннем. Тем более, что юноша жил в полуторачасовом расстоянии от священника-старца. Но юноша исполнил требование в точности и пришел вовремя.

Прошло целых три часа томительного ожидания, пока, наконец, священник вышел к нему. Поздоровавшись, он обратился к молодому человеку со следующим вопросом:

— Вы желаете стать священнослужителем?

— Любите ли вы Господа нашего Иисуса Христа и Его Церковь?

— Да, люблю от всей души.

— А как обстоят дела с вашим образованием?

— Кажется, неплохо. Я много времени провожу в духовном чтении.

— Ну, хорошо, я вас проэкзаменую. Не можете ли вы разделить на слоги слово «кошка»?

Молодой человек удивленно посмотрел на вопрошавшего и не знал, отвечать ли ему на такой вопрос. Однако он поборол себя и отчетливо произнес:

— Кош-ка.

— Очень хорошо, — одобрил священник. — А теперь сделайте то же со словом «собака». Экзаменовавшийся стоял пораженный.

— Ну, что же вы? Ободритесь! Первое слово вы разделили на слоги правильно, наверно, и второе сумеете

вообращения и снижения невротических сердечных болей помогает водный настой чистеца лесного. Заварить 1/2 л. кипятка 1 ч. л. измельченного растения, настоять 1 час.

Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день. Через неделю следует пить более концентрированный настой: 1 ч. л. на 1 стакан кипятка. В третью неделю и далее — 2 ч. л. на 1 стакан кипятка. Принимать по 1 ст. л. в течение 2 месяцев. Средство сильнодействующее.

Полезные советы.

При появлении любых нарушений сердечного ритма нужно ограничить в рационе сахар, сладости, животные жиры, а также избегать продуктов, богатых холестерином (мозги, жирные сорта мяса, яичный желток). Необходимо также резко ограничить потребление поваренной соли, кофе, крепкого чая и особенно алкоголя.

Для профилактики и лечения аритмии следует как можно чаще употреблять в пищу сырые продукты, богатые кального из теплого помещения на холод. Иногда приступ стенокардии начинается ночью (стенокардия покоя). Эти приступы считаются более опасными, так как указывают на то, что заболевание зашло слишком далеко и необходимо принимать срочные меры.

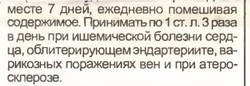
Приступы стенокардии могут быть редкими, 1-2 раза в неделю, или частыми — по многу раз в день. Обычно один из тяжелых приступов заканчивается появлением очага некроза в сердечной мышце (инфаркт миокарда) с последующим образованием на этом участке рубцовой ткани.

Такие заболевания, как повышенное кровяное давление, тучность и диабет, способствуют преждевременному развитию атеросклероза и появлению первых симптомов стенокардии.

При стенокардии необходимо соблюдать следующие основные правила:

1. Исключить из пищи все жиры животного происхождения.

2. Отказаться от продуктов животного



месте 7 дней, ежедневно помешивая содержимое. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день при ишемической болезни сердца, облитерирующем эндартериите, варикозных поражениях вен и при атеросклерозе.

• Цветки ландыша засыпать сахаром. Во время приступа стенокардии класть под язык по одной горошине и сосать.

• Отвар из 2 ст. л. сухих цветков боярышника на стакан воды (кипятить 5 минут) процедить, принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

• При стенокардии помогает сок свежей травы пустырника. На зиму сок можно законсервировать, залить спиртом или водкой в соотношении 1:1. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день в течение месяца.

• Заварить 1 стаканом кипятка 2 ст. л. измельченного корня валерианы, настоять ночь в термосе. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 2-3 недель.

(Продолжение следует)



стоял пораженный.

— Ну, что же вы? Ободритесь! Первое слово вы разделили на слоги правильно, наверно, и второе сумеете разделить?

Юноша опять сделал над собою усилие и произнес:

— Со-ба-ка.

— Хорошо, — сказал опять священник. — Теперь скажите мне, сколько будете дважды два?

Этот новый вопрос совершенно вывел из терпения молодого человека. Но он сдержал себя и дал желанный ответ.

На этом экзамен окончился, и юноша был отпущен домой. Священник же дал о молодом человеке отличный отзыв и рекомендовал его к поступлению в духовное заведение. Вот что он написал о нем: «Убедившись в его вере и любви к Богу, я подверг его экзамену, который немногие могли бы выдержать. Я испытал его терпение, назначив ему придти ко мне очень рано утром, а потом заставил его прождать целых три часа. Я убедился также в его смирении, предложив ему на экзамен такие вопросы, которые в другом вызвали бы горделивое негодование. Он на все их отвечал смиренно и разумно. Я смело могу рекомендовать вам этого юношу. На мой взгляд, он будет хорошим служителем».



Гнилое слово

Есть порок, весьма распространенный в русском народе и глубоко оскорбительный для Матери Божией. Это сквернословие—матерное, или гнилое, слово. Как гниль издает смрад, зловоние, заражает все вокруг ядом своего тления, так и слово скверное, оскверняя уста, заражает зловонием разврата внимающих ему. Оно топчет, грязнит, оскорбляет священное для каждого слово «мать». А так как наша первая Мать, которой мы усыновлены самим Спасителем, есть Царица Небесная, то всякий сквернослов своею смрадною бранью прежде всего хулит Матерь Божию. Сквернослов безумно льет грязь и на дорогое имя матери земной, родившей и воспитавшей его. Оскорбляет он и нашу матушку-землю, которая при жизни нашей кормит, поит нас, а по смерти примет нас в свои недра. Но каково же будет лежать в ней тому, кто не стыдился смрадом своих слов осквернять лицо ее! Всякий совестливый человек с краской на лице спешит удалиться от сквернослова, избегает встречи с ним. Ангел-Хранитель удаляется от него. Зато дьявол радуется этому гнилью, глубже увлекает сквернослова в порок. Пречистая Матерь Божия отнимает милость от Своих оскорбителей. Сам Господь правосудный посылает им бедствия и несчастия. И это справедливо. Если никто не останавливает сквернослова, если все бесстыдно внимают ему—стало быть, все общество в той или иной мере заражено ядом разврата, забыло про страшную ответственность за «малых сих», которые, как мягкий воск, запечатлевают в себе все худое и доброе. Вот почему мы повсеместно в общественных местах слышим, как наши дети и внуки в общении друг с другом безо всякого стыда «соревнуются» в излиянии потоков бранных слов.

Если бы счесть, слить воедино скверные слова, что раздаются над обширными полями и лугами русскими, когда сама природа своей красотою влечет человека славить Творца, то из них образовалась бы огромная смрадная туча, заграждающая от людей и милость Божию, и свет небесный!

По роду своей деятельности мне часто приходится общаться с людьми, страдающими неизлечимыми недугами. Разбитые параличом, беспомощные, они потоком изрыгают ругательства в адрес врачей, которые бессильны их вылечить. И они даже не думают о том, что их болезнь—следствие их образа жизни. Некоторые, поняв это, каются у Креста и Евангелия, после чего переносить болезнь им становится легче. А если бы они это поняли раньше, то, возможно, подобной беды с ними бы и не произошло...

Святые Отцы называют мат молитвой дьяволу. Нецензурная брань имеет сокровенную направленность против Самого Бога и Божией Матери. А потому упорные сквернословы, как хулители и проклинатели Бога, причисляют себя к богоубийцам и не могут рассчитывать на помощь Божию. Каждый пусть задумается над этим, пока не поздно.

О. Рыжова, сестра милосердия, г. Хабаровск («Православная газета для простых людей»)



Не в силе Бог, а в правде

Житие благоверного князя Александра Невского

С именем святого благоверного князя Александра Невского сопряжена слава Святой Руси. Пред его именем благоговели всегда те князья и цари, которые именовали его своим предком.

Святой князь - воин, а вместе с тем и инок. В лице князя Александра сочетались и мужеская доблесть, отвага, бесстрашие, любовь к Отечеству вплоть до самопожертвования, и личная святость, дар сердечной молитвы, кротость и нетление духа.

Эта святая отрасль была порождена святыми корнями. Не случайно отца благоверного князя Александра Невского - Ярослава, народ прозвал страдальцем за Русскую землю, а милостивая и светлая челом мать князя Александра - Феодосия, была прозвана святой княгиней.

Родился он в 1219 году в Переяславле и должен был уже с отроческих лет принять на себя нелегкое бремя державной власти. С детских лет окружавшие его бояре, да и сам мудрый отец Ярослав, готовили избранника Божия к нелегким испытаниям. Душа отрока Александра была озарена Евангельским светом. Всю жизнь он приникал к святой Книге Жизни, как к чистому источнику, черпая от него силы к несению своего великокняжеского служения. Часослов и Псалтирь были для него хлебом. И с юных лет святой князь привык в минуты скорби и радости обращаться ко Господу Иисусу Христу. С юных лет ходил он пред Ним в страхе, т.е. боялся единой мыслию оскорбить Небесного Отца.

Мальчиков в то время рано приучали к воинским подвигам. Было даже особое священнодействие, когда мальчиков постригали, даруя им впервые сесть на боевого коня. Таким в памяти



сандр, которому едва минуло 20 лет. Умея держать меч в своей державной руке, святой князь Александр с детства был вооружен и мечом молитвы. Молитва, по свидетельству современников, полагала светлую печать на его чело. Все время общаясь с людьми по делам княжеским, подражая древнему царю Давиду, благоверный князь время от времени уединялся, дабы вознести Богу сердечную молитву. Так и ныне в преддверии этой страшной битвы юный правитель входит под своды новгородской Софии. Повергаясь ниц пред иконою Божией Матери, из глубины сердца просит Ее – «Взбранную Воеводу», Державную Царицу, явить ему с войском благую и скорую помощь.

Молитва князя достигла Небес. Стоявший в дозоре на Неве верный воин Филипп вдруг слышит всплеск волн, словно ладья приближается к берегу, и в утреннем тумане он с изумлением замечает стоящих в струге царственных братьев св. мучеников Бориса и Глеба, сродников благоверного князя Александра. «Брате Борисе, прикажи грести быстрее,

не», как бы отрекаясь от Евангельского Света. «И по встрече с Батыем пятиться назад, дабы не оскорбить оного». Но не таков был князь Александр, чтобы преступить заветы св. отцов, чтобы отступить от Бога Живого. «Тебе воздаю честь как владыке, от Бога почтенного властью, но огню не поклонюсь никогда, ибо не должно нам, христианам, поклоняться твари, презирая Творца. Ему Единому служу - Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь». Долго смотрел Батый на прекрасное лицо князя, ибо давно прослышал о его славе. И воздал ему подобающую честь. Встал со своего места и, взяв под руку благоверного князя, проводил его к выходу, т.к. понял, что сей князь пятиться не будет, а верные слуги Батыевы отрубят тут же ослушнику голову. Впрочем, не сразу вернулся князь в родную сторону, пришлось идти ему даже до пустыни Гоби, дабы поклониться главному хану татарскому, дабы получить от него ярлык на правление Новгородом.

Тяжело было бремя власти для благоверного князя Александра, но он, приняв ее от Бога, забывал себя, служа родной земле. Сколько раз, будучи мудрым и прозорливым правителем, умел он словом, иногда кротким, иногда гневным, остановить мятеж или смуту, которую поднимали подвластные ему люди против татарских баскаков и бесерменов, безжалостно обиравших торговых людей и бесчинствовавших при сборе дани. Как умел св. князь унизить себя, дабы не унижена была земля Русская, которая была печальной 200 лет, по свидетельству летописца. Умел св. князь щитом веры отражать раскаленные стрелы духов тьмы. И памятует народ православный ту суровую отповедь, которую дал Александр Ярославович папским легатам, прибыв-

---

Храму Александра Невского п. Аулиеколь Костанайской обл.
Возлюбленные во Христе о. настоятель, Церковный совет, прихожане и благодетели!

Сердечно поздравляем всех с престольным праздником! Желаем всем доброго здравия, духовной крепости, содействия в служении во славу Церкви Христовой.

Канцелярия Епархии, духовенство и редакция газеты "Благовест"



Настоятелю Петро-Павловского храма с. Узунколь Костанайской обл. игумену Иову.
Всечестный отец Иов!

Сердечно поздравляем Вас с Днем Ангела! Желаем помощи Божией и крепости сил в несении служения на благо Русской Православной Церкви.

Канцелярия Епархии, духовенство и редакция газеты «Благовест»

Клирику Богоявленского храма г. Рудный Костанайской обл. иерею Ионе.
Всечестный отец Иона!

Сердечно поздравляем Вас с Днем Ангела и 35-летием со дня рождения! Желаем телесной и духовной крепости, содействия в служении во славу Церкви Христовой.

ли к воинским подвигам. Было даже особое священнодействие, когда мальчиков постригали, даруя им впервые сесть на боевого коня. Таким в памяти русского народа запечатлелся юный доблестный князь - прекрасный челом, наделенный ангельской, мужественной красотой, облаченный в воинские доспехи, держащий в руке обоюдоострый меч. Препоясанный поясом святой князь, кажется, сросся со своим боевым конем. Уже в 13-14 лет он был зрелым правителем необъятной Русской земли. А между тем, надвигались для нее страшные времена.

В 1223 году невиданные дотоле вороги земли Русской - татары - разгромили объединенные княжеские силы при реке Калке. Многие из князей тогда погибли, придавленные деревянными щитами, на которых поганые справляли свою победу. Чуть позже обагрилась кровью русских воинов река Сить. Пал сожженный дотла Киев, лишь только «господин великий Новгород» был пощажен милостью Божией. Святой князь Александр еще отрок, но уже воин, царствует в Новгороде вместе со своим братом. В довершении всех бед голод поражает новгородцев. Доносятся вести о братоубийственной резне в городских кварталах. Народ измучен до предела, и юное княжеское сердце распахивается навстречу верноподданным, - он сам открывает княжеские закрома с пшеницей и, по свидетельству летописца, «являет себя чадолюбивым отцом» для гордых, но смирившихся в бедах новгородцев.

Проходит еще малое время, и Русь зрит себя в кольце врагов. Римские первосвятители, всегда жаждавшие огнем и мечом насаждать латинство в северных пределах отчизны, благословляют крестовый поход против уже просвещенной светом Евангелия Руси. Об этом узнает неустрашимый князь Александр. Ангел Господень предупреждает его в сонном видении, когда являются стоящих в струге царственных братьев св. мучеников Бориса и Глеба, сродников благоверного князя Александра. «Брате Борисе, прикажи грести быстрее, - обратился к тому Глеб, - поможем сроднику нашему Александру в борьбе за Русь Святую».

Известие это воодушевило новгородского князя, и он с малым числом воинов неожиданно нападает на вооруженных стальными латами и булатами немецких рыцарей. Предводительствуя всеми, св. князь поражает Биргера точным ударом меча. Один из его воинов даже проникает на шведский корабль, оставляя за собой пораженных копием врагов. Другой подсекает шатер Биргера, чем приводит шведов в смятение. Блистательная победа, но и велико благодарение св. князя Александра Господу, в Котором он искал поддержку и защиту. Навеки в память русского народа вошло тогда слово св. Александра, с которым он отправился в битву: «Не в силе Бог, а в правде».

Немалое торжество встретило новгородского владыку в этом вольном городе. Но недолго длилась радость. Вскоре пришлось выступать против литовцев. Битва была победоносной. Защитил св. Александр и Псков от немецких рыцарей. И везде сопутствовала ему удача. Тайна его неодолимости была во внутренней вере в десницу Божию, Которая благословляла его ратные подвиги. Возвращаясь из похода по северным землям в 1242 году, на Чудском озере князь Александр наносит поражение немецким рыцарям.

Отправляясь в дикую степь за ярлыком на правление, князь готовился к смерти. Исповедался у духовника, причастился Святых Христовых Тайн. «Горька, горька честь татарская»,- воздыхает летописец, повествуя о том, что «князьям надлежало кланяться огню, возжженному в языческой кумирне». Но князь Александр отражал раскаленные стрелы духов тьмы. И памятует народ православный ту суровую отповедь, которую дал Александр Ярославович папским легатам, прибывшим в Россию, дабы поработить духовно сестру Византийского царства. Сказал тогда миссионерам лукавым наш князь: «Все, что совершилось от создания мира до потопа, от потопа до разделения языков, от Авраама до царя Давида, от царствования Соломона до римского императора Августа, от Рождества Спасителя мира - Христа до Воскресения и Вознесения Его на Небо, от I Вселенского Собора до VII, - все это мы хорошо знаем, в вашем учении не нуждаемся и не примем его». Честолюбивый папа не смог смириться пред словом благоверного князя. «Двадесять язык» тогда поднялись на Русь: и шведы, и немцы, и датчане, и финны вторглись в новгородскую землю, но, почуяв предуготованный им отпор, так и не посмели открыть забрало.

Св. князь, трижды прощаясь со сродниками, с детьми своими, преподав им благословение, ездил в Орду. Чувствуя свою зависимость от хана, но не отступая от веры отцов, он имел дипломатическую мудрость оставить Русь свободной, насколько то могло свершиться в годину пленения игом татарским. В 1262 году вновь отправляется он в Золотую Орду. Предчувствуя скорую смерть, хотел умирить разгневанного хана по случаю избиения татарских баскаков. Вновь Бог споспешествует ему. При виде вещего и мудрого Александра вновь смыкаются уста хана, готового казнить, но не миловать. На обратном пути тяжелая болезнь заставляет его слечь. В Нижегородской губернии в селе Городце св. благоверный князь отрекается от мира и принимает постриг с именем Алексий. Причастившись Святых Христовых Тайн, отходит ко Господу. Ему было всего лишь 44 года.

В это время во Владимире верный сподвижник князя митрополит Кирилл совершал Божественное служение. Вдруг посреди службы замер, обратив очи горе. Раскрылось его сердце, и он узрел душу святого князя, ангелом возносимую к Престолу Божию.

(«Свет православия в Казахстане»)

рождения! Желаем телесной и духовной крепости, содействия в служении во славу Церкви Христовой.

Канцелярия Епархии, духовенство и редакция газеты «Благовест»

Клирику Преображенской церкви г. Уральска иерею Александру.

Всечестный отец Александр!

Сердечно поздравляем Вас с Днем Ангела! Примите наши сердечные благопожелания телесного здравия, душевного спасения на многая и благая лета.

Канцелярия Епархии, духовенство и редакция газеты «Благовест»

Настоятелю Никольского храма п. Федоровка Костанайской обл. иерею Владимиру.

Всечестный отец Владимир!

Сердечно поздравляем Вас с 25-летием со дня рождения! Да хранит Вас Господь в здравии и благоденствии на многая и благая лета.

Канцелярия Епархии, духовенство и редакция газеты «Благовест»

Уральская Епархия

Собственник: Уральская Православная епархия.
Под общей редакцией архиепископа Антония
Гл. редактор: архимандрит Анастасий (Остапчук)
Газета распространяется в городах: Уральск, Костанай, Актобе, Актау, Атырау.



Адрес редакции:
ул. Комсомольская, 69,
г. Уральск, 090000
Телефоны: 50-38-43, 50-38-83

- Еженедельная православная газета.
- Газета зарегистрирована Министерством информации и общественного согласия РК № 455-Г от 29 октября 1998 г.
- Газета набрана и сверстана в редакции.
- Отпечатано в типографии «Полиграфсервис».
- Адрес: ул. Л. Толстого, 27/6, тел. 50-51-46
- Тираж 3000 экз. Заказ № 36.